

# Proceso de elaboración de la “guía de alimentación en hemodiálisis”

(Process of elaboration of the “haemodialysis nutrition guide”)

Bejarano, Azucena; Nogales, M<sup>a</sup> Ángeles; San Vicente, Julia  
Hospital Txagorritxu. Jose Achótegui s/n. 01009 Vitoria-Gasteiz

BIBLID [1577-8533 (2007), 8; 249-252]

Recep.: 13.02.06

Acep.: 01.02.07

---

*Explicamos el proceso de elaboración de la “Guía de Alimentación en Hemodiálisis”. Manifestamos la gran aceptación por parte de nuestros pacientes y del personal del servicio. Esta editada en euskera y castellano, en cuatro apartados- introducción, composición de alimentos, dieta modelo y tablas-. Esta guía ha sido una herramienta que nos ha servido al personal de enfermería para aumentar nuestros conocimientos sobre la alimentación de los pacientes en Hemodiálisis.*

*Palabras Clave: Guía. Alimentación. Hemodiálisis. Enfermería. Pacientes renales. Euskera. Castellano.*

*“Elikadura Gidaliburua Hemodialisian” gauzatzeko prozesua azaltzen dugu hemen. Gure gaixoeek eta zerbitzuko langileek egindako harrera ona agertzen dugu. Euskaraz eta gaztelaniaz argitaratu da, lau ataletan banaturik: sarrera, elikagaien osaera, dieta eredia eta taulak. Erizaintzako langileek hemodialisiako gaixoen elikadurari buruz genituen ezagupenak areagotzeko balio izan gu gidaliburu honek.*

*Giltza-Hitzak: Gidaliburua. Elikadura. Hemodialisia. Erizaintza. Giltzurruneko gaixoak. Euskara. Gaztelania.*

*Nous expliquons le processus d'élaboration du «Guide d'Alimentation en Hémodialyse». Nous manifestons la grande acceptation de la part de nos patients et du personnel du service. Il est édité en euskera et espagnol, en quatre sections –introduction, composition d'aliments, régime modèle et tableaux-. Ce guide a été un outil qui a servi au personnel d'infirmier pour augmenter nos connaissances sur l'alimentation des patients en Hémodialyse.*

*Mots Clés: Guide. Alimentation. Hémodialyse. Infirmerie. Patients rénaux. Euskera. Espagnol.*

## **1. INTRODUCCIÓN**

“La Guía de Alimentación en Hemodialisis” (1) es un instrumento elaborado en la Unidad de Hemodialisis (HD) del Hospital de Txagorritxu de Vitoria-Gasteiz. Su objetivo es proporcionar a los pacientes de dicha Unidad un método sencillo y práctico que, desde una visión positiva, les permita llevar a cabo una alimentación adecuada, rica y equilibrada, tanto a la hora de elegir los alimentos como a la hora de elaborarlos.

Anteriormente a los pacientes que iniciaban el tratamiento en HD., se les proporcionaba por escrito unas recomendaciones dietéticas, que además eran reforzadas verbalmente por el personal médico y de enfermería. A pesar de ello, nos manifestaban numerosas dudas y, en ocasiones detectábamos el incumplimiento de la dieta. Nuestra información oral era en su mayor parte en relación con alimentos prohibidos, sin alternativas adecuadas a una alimentación variada.

## **2. OBJETIVO**

El objetivo fundamental de esta “Guía de Alimentación en Hemodiálisis” era proporcionar a nuestros pacientes un método sencillo y práctico para la elaboración de una alimentación adecuada, rica y equilibrada, desde una visión positiva a la hora de elegir los alimentos y su preparación.

## **3. METODOLOGÍA**

El marco estructural dónde se desarrolla el trabajo es la Unidad de Hemodiálisis del Servicio de Nefrología del Hospital de Txagorritxu. Vitoria-Gasteiz. Decidimos elaborar una encuesta para valorar el nivel de conocimientos de los pacientes sobre la alimentación, intentando determinar las posibles carencias al respecto.

A todos los enfermos (nº 52), se les entregó la encuesta, que constaba de 15 preguntas cerradas con 4 posibles respuestas. Se les entregó de manera personal y en mano, informándoles que su realización era anónima y voluntaria, y que el objetivo era valorar los conocimientos que poseían en relación a la dieta.

Los resultados obtenidos evidenciaban que la mayoría de nuestros pacientes conocían la importancia de la dieta, las numerosas restricciones, pero tenían dificultades para elegir los alimentos apropiados en su día a día, y poder seguir disfrutando del placer de comer (Tabla 1).

**Tabla 1. Encuesta de los pacientes de HD sobre la alimentación**

Encuestas enviadas:	52	
Encuestas contestadas	48	
Importancia de la dieta		83%
Importancia de la información		52%
Importancia de las restricciones de líquidos		77%
Importancia de la dieta sin sal		89%
Importancia del potasio		77%
Importancia del fósforo		56%

Tras estos resultados decidimos confeccionar esta “Guía de Alimentación en Hemodiálisis” consultando y revisando diferente bibliografía.

#### **4. RESULTADOS**

La “Guía de Alimentación en Hemodiálisis” esta editada en Euskera y Castellano.

La Guía está dividida en 4 apartados:

- Introducción: Se explica la importancia de la dieta como un elemento más dentro del tratamiento.
- Composición de alimentos: se encuentran los diferentes nutrientes, qué son, dónde están, para qué sirven..... siempre con lenguaje sencillo y ameno, pero a la vez de forma completa. Se explica como controlar algunos de estos componentes para evitar posibles complicaciones.
- Dieta “modelo” y grupos de alimentos: en ella se proponen diferentes opciones para elegir el desayuno, comida, merienda y cena.
- Tablas de composición de los Alimentos: en este apartado se indican los contenidos de sodio(Na), potasio (K), y fósforo (P), por 100 gramos de substancia comestible de una extensa lista de alimentos.

Tras dos años de problemas de diseño e impresión, la Guía sale publicada en Junio 2006. Tras alguna corrección en la dieta modelo y en las tablas de alimentos, se la entregamos a nuestros pacientes a partir de Noviembre 2006.

Una vez elaborada la “Guía de Alimentación en Hemodialisis” se presentó al personal del Servicio de Nefrología, a la dirección de Enfermería (unidad de Docencia), y en Las Jornadas de Salud y Sociedad, Nutrición y Dietética: alimentación saludable. (Eusko Ikaskuntza) 9de Noviembre de 2006, en Vitoria-Gasteiz.

## **5. CONCLUSIONES**

Como conclusión, podemos resaltar la gran aceptación de esta “Guía de Alimentación en Hemodiálisis” por parte de nuestros pacientes y del personal del servicio. Esta guía también nos ha servido al personal de enfermería para aumentar nuestros conocimientos sobre la alimentación de los pacientes en Hemodiálisis.

## **6. BIBLIOGRAFÍA**

1. M. A. Nogales-Rodríguez, A. Bejarano-García, J. San-Vicente-Sancho. “Guía de Alimentación en Hemodiálisis”. Edita Hospital Txagorritxu. Depósito legal:VI-208/06.